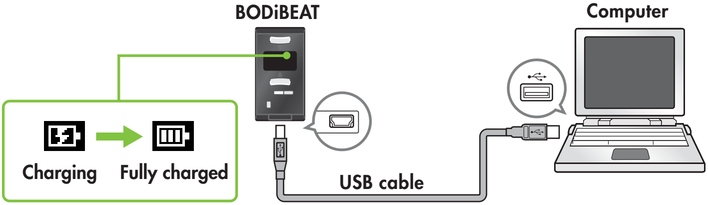
START-UP GUIDE

STARTANLEITUNG/GUIDE DE DEMARRAGE/GUÍA DE INICIO

For detailed instructions, refer to the Owner's Manual in the CD-ROM.
Für genaue Anweisungen lesen Sie bitte die Bedienungsanleitung auf der CD-ROM.
Pour obtenir des instructions détaillées, reportez-vous au Mode d'emploi disponible sur le CD-ROM.
Para instrucciones detalladas, consulte el manual de instrucciones que se incluye en el CD-ROM.

1

Charge your BODiBEAT.
Laden Sie Ihren BODiBEAT.
Chargez votre BODiBEAT.
Cargue el BODiBEAT.



To load your own songs into BODiBEAT, first install the BODiBEAT Station software to your computer. OR, listen to the pre-loaded BODiBEAT songs.

Um Ihre eigenen Songs in BODiBEAT zu laden, installieren Sie zuerst die BODiBEAT-Station-Software auf Ihrem Computer. ODER, hören Sie sich die vorinstallierten BODiBEAT-Songs an.

Pour charger vos propres morceaux dans le BODiBEAT, installez d'abord le logiciel BODiBEAT Station sur votre ordinateur. OU écoutez les morceaux BODiBEAT préchargés.

Para cargar sus propias canciones en BODiBEAT, instale primero en el ordenador el software de la estación BODiBEAT O escuche las canciones cargadas previamente en BODiBEAT.

2

Enter your initial settings.
Geben Sie die Anfangseinstellungen ein.
Entrez vos paramètres initiaux.
Apaga/enciende.

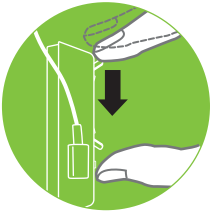


Turns on/off
Ausschalten
Allume/éteint l'appareil
Apaga/enciende

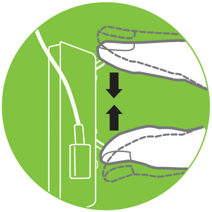
Goes back to previous display
Rückkehr zum vorigen Display
Revient à l'écran précédent
Vuelve a la pantalla anterior



Moves up
Nach oben bewegen
Se déplace vers le bas
Sube



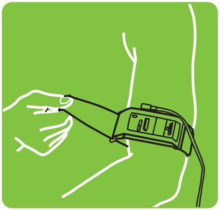
Moves down
Nach unten bewegen
Se déplace vers le bas
Baja



Selects setting
Einstellung auswählen
Sélectionne un paramètre
Selecciona ajuste

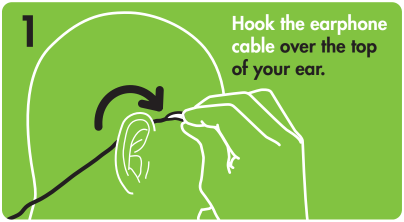
3

Put the BODiBEAT on your left arm.
Schnallen Sie den BODiBEAT an Ihren linken Arm.
Placez le BODiBEAT sur votre bras gauche.
Colóquese BODiBEAT en el brazo izquierdo.



4

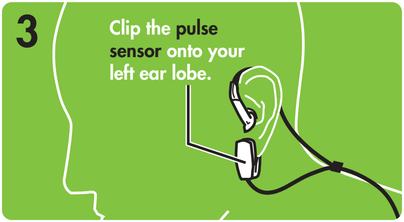
Put on the earphones and pulse sensor.
Setzen Sie Ohrhörer und Pulssensor auf.
Mettez les écouteurs et le capteur de pulsations en place.
Colóquese los auriculares y pulse el sensor.



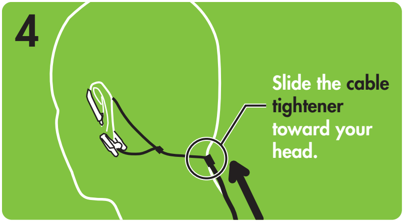
Führen Sie das Ohrhörerkabel oben über Ihr Ohr.
Faites passer le fil de l'écouteur sur le haut de votre oreille.
Coloque el cable del auricular encima de la oreja.



Stecken Sie den Ohrhörer ins Ohr.
Insérez l'écouteur dans votre oreille.
Introduzca el auricular en la oreja.



Klemmen Sie den Pulssensor an Ihr linkes Ohrläppchen.
Clipsez le capteur de pulsations sur le lobe de votre oreille gauche.
Sujete el sensor de pulso en el lóbulo de la oreja izquierda.



Schieben Sie die Kabelbefestigung Richtung Kopf.
Faites glisser le serre-câble vers votre tête.
Deslice el tensor de cables hacia la cabeza.

5

Start walking or running at your own pace in Free Workout mode.

As you maintain that pace for at least 10 seconds, BODiBEAT will play a song matching walking/running speed.

Beginnen Sie mit dem Walken oder Laufen in Ihrem Schritttempo im Free-Workout-Modus.

Sobald Sie das Schritttempo mindestens 10 Sekunden gehalten haben, beginnt BODiBEAT mit der Song-Wiedergabe im passenden Geh-/Lauftempo.

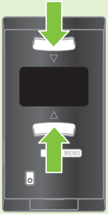
Commencez à marcher ou à courir à votre propre rythme en mode Entraînement libre.

Si vous maintenez le rythme pendant au moins 10 secondes, le BODiBEAT joue un morceau correspondant à votre vitesse de marche/course.

Empiece a caminar o a correr a su propio ritmo en el modo de ejercicio libre.

Si mantiene ese ritmo durante al menos 10 segundos, BODiBEAT reproducirá una canción que se ajuste a la velocidad de paseo o carrera.

Pause/Stop



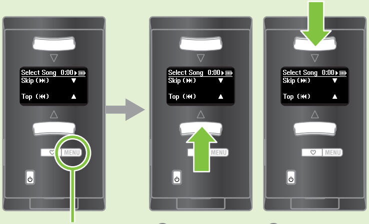
Hold for 2 seconds to stop

Change volume



Increase   Decrease

Change songs



Press [MENU]   Go to top   Go to next